

E

Instrucciones de uso de la calculadora BMI seca modelo 491

La calculadora seca modelo 491 sirve para determinar exactamente el índice de masa corporal (= Body Mass Index, BMI). Aparte del cálculo del BMI, dispone de las cuatro operaciones matemáticas básicas. Su manejo equivale al de las calculadoras convencionales. Procure que la célula solar reciba la suficiente iluminación, para evitar indicaciones de poco contraste o incompletas. La calculadora es capaz de calcular el BMI hasta con 8 métodos distintos.

Encender la calculadora. **ON/C**

Método 1 : peso en kg / estatura en m, p. ej. 80,5 kg / 1,82 m

Entrada por teclado: = **KG** **80.5** **M** **1.82** **BMI** = 24,3

Método 2 : peso en kg / estatura en pies, p. ej. 80,5 kg / 5,97 ft

Entrada por teclado: = **KG** **80.5** **FT** **5.97** **BMI** = 24,3

Método 3 : Peso en kg / estatura en pulgadas, p. ej. 80,5 kg / 71,65 in

Entrada por teclado: = **KG** **80.5** **IN** **71.65** **BMI** = 24,3

Método 4 : peso en kg / estatura en pies / pulgadas, p. ej. 80,5 kg / 5 ft 11,64 in

Entrada por teclado: = **KG** **80.5** **FT** **5** **IN** **11.64** **BMI** = 24,3

Método 5 : peso en libras / estatura en m, p. ej. 177,5 lbs / 1,82 m

Entrada por teclado: = **LBS** **177.5** **M** **1.82** **BMI** = 24,3

Método 6 : peso en libras / estatura en pies, p. ej. 177,5 lbs / 5,97 ft

Entrada por teclado: = **LBS** **177.5** **FT** **5.97** **BMI** = 24,3

Método 7 : peso en libras / estatura en pulgadas, p. ej. 177,5 lbs / 71,65 in

Entrada por teclado: = **LBS** **177.5** **IN** **71.65** **BMI** = 24,3

Método 8 : peso en libras / estatura en pies y pulgadas, p. ej. 177,5 lbs / 5 ft y 11,64 in

Entrada por teclado: = **LBS** **177.5** **FT** **5** **IN** **11.64** **BMI** = 24,3

***Observación:**

- al introducir incorrectamente un valor BMI, hay que volver a introducir de nuevos todos los valores, ya que se borrará la memoria del BMI.

-si el aparato ya no se puede conectar es porque el software ha colapsado. Pulse en este caso el botón Reset al reverso con un utensilio puntiagudo (un lápiz o un bolígrafo, por ejemplo).

I

Libretto d'istruzioni per calcolatrice BMI seca modello 491

La calcolatrice seca modello 491 consente di determinare esattamente l'Indice di Massa Corporea (Body Mass Index o BMI). Oltre al calcolo del BMI la calcolatrice offre 4 funzioni aritmetiche di base. L'utilizzo è simile a quello delle normali calcolatrici. Per un corretto funzionamento del display e un contrasto ottimale, occorre illuminare sufficientemente la cellula solare. Per il calcolo del BMI è possibile utilizzare 8 metodi diversi.

Accendere la calcolatrice **ON/C**

Metodo 1 : peso in kg / altezza in m ad es. 80.5 kg / 1.82 m

Digitare sulla tastiera: = **KG** **80.5** **M** **1.82** **BMI** = 24.3

Metodo 2 : peso in kg / altezza in piedi ad es. 80.5 kg / 5.97 ft

Digitare sulla tastiera: = **KG** **80.5** **FT** **5.97** **BMI** = 24.3

Metodo 3 : peso in kg / altezza in pollici ad es. 80.5 kg / 71.65 in

Digitare sulla tastiera: = **KG** **80.5** **IN** **71.65** **BMI** = 24.3

Metodo 4 : peso in kg / altezza in piedi / pollici ad es. 80.5 kg / 5 ft 11.64 in

Digitare sulla tastiera: = **KG** **80.5** **FT** **5** **IN** **11.64** **BMI** = 24.3

Metodo 5 : peso in libbre / altezza in m ad es. 177.5 lbs / 1.82 m

Digitare sulla tastiera: = **LBS** **177.5** **M** **1.82** **BMI** = 24.3

Metodo 6 : peso in libbre / altezza in piedi ad es. 177.5 lbs / 5.97 ft

Digitare sulla tastiera: = **LBS** **177.5** **FT** **5.97** **BMI** = 24.3

Metodo 7 : peso in libbre / altezza in pollici ad es. 177.5 lbs / 71.65 in

Digitare sulla tastiera: = **LBS** **177.5** **IN** **71.65** **BMI** = 24.3

Metodo 8 : peso in libbre / altezza in piedi e pollici ad es. 177.5 lbs / 5 ft und 11.64 in

Digitare sulla tastiera: = **LBS** **177.5** **FT** **5** **IN** **11.64** **BMI** = 24.3

***Nota:**

- Se si immette un valore BMI sbagliato, è necessario digitare nuovamente tutti i valori, poiché la memoria BMI viene cancellata.

-Se non è più possibile attivare l'apparecchio significa che si è verificato un "crash" del software. In tal caso occorre premere il pulsante di Reset sul retro con un oggetto appuntito (ad es. uno stilo).

F

Mode d'emploi de la calcolatrice BMI seca Modèle 491

La calcolatrice seca Modèle 491 est destinée à déterminer exactement le Body Mass Index (BMI = index de la masse corporelle). En dehors du calcul du BMI, elle peut être utilisée pour les quatre opérations de base. Le mode d'emploi est le même que celui des calculatrices usuelles. Veillez à ce que les cellules solaires soient suffisamment éclairées afin d'éviter que l'affichage soit peu contrasté ou qu'il n'apparaisse pas. La calcolatrice peut calculer le BMI de huit façons différentes.

Mettre la calcolatrice en marche **ON/C**

Méthode 1 : poids en kg / taille en m par ex. 80.5 kg / 1.82 m

Saisie clavier: **KG** **80.5** **M** **1.82** **BMI** = 24.3

Méthode 2 : poids en kg / taille en pieds par ex. 80.5 kg / 5.97 ft

Saisie clavier: **KG** **80.5** **FT** **5.97** **BMI** = 24.3

Méthode 3 : poids en kg / taille en pouces par ex. 80.5 kg / 71.65 in

Saisie clavier: **KG** **80.5** **IN** **71.65** **BMI** = 24.3

Méthode 4 : poids en kg / taille en pieds / pouces par ex. 80.5 kg / 5 ft 11.64 in

Saisie clavier: **KG** **80.5** **FT** **5** **IN** **11.64** **BMI** = 24.3

Méthode 5 : poids en livres / taille en m par ex. 177.5 lbs / 1.82 m

Saisie clavier: **LBS** **177.5** **M** **1.82** **BMI** = 24.3

Méthode 6 : poids en livres / taille en pieds par ex. 177.5 lbs / 5.97 ft

Saisie clavier: **LBS** **177.5** **FT** **5.97** **BMI** = 24.3

Méthode 7 : poids en livres / taille en pouces par ex. 177.5 lbs / 71.65 in

Saisie clavier: **LBS** **177.5** **IN** **71.65** **BMI** = 24.3

Méthode 8 : poids en livres / taille en pieds et pouces par ex. 177.5 lbs / 5 ft et 11.64 in

Saisie clavier: **LBS** **177.5** **FT** **5** **IN** **11.64** **BMI** = 24.3

*** Remarque:**

- Si l'indication de la valeur BMI est incorrecte, il faut saisir à nouveau toutes les valeurs car la mémoire BMI sera effacée.

-Si vous ne parvenez plus à mettre l'appareil en marche, son logiciel est "bloqué". Dans ce cas, appuyez sur le bouton de réinitialisation situé à l'arrière, à l'aide d'un objet pointu (p. ex. un crayon).

GB

Instruction manual for BMI calculator seca model 491

The seca calculator model 491 will be used for the accurate determination of the Body Mass Index BMI. In addition to the BMI calculation the calculator offer the 4 basic arithmetics. The operation is equal to common calculators. Please care for sufficient illumination of the solar cell to avoid low contrast or a black display. For BMI calculation 8 different procedures can be used.

Activate the calculator **ON/C**

Procedure 1 : weight in kg / body height in m e.g. 80.5 kg / 1.82 m

Keyboard entry: **KG** **80.5** **M** **1.82** **BMI** = 24.3

Procedure 2 : weight in kg / body height in feet e.g. 80.5 kg / 5.97 ft

Keyboard entry: **KG** **80.5** **FT** **5.97** **BMI** = 24.3

Procedure 3 : weight in kg / body height in inches e.g. 80.5 kg / 71.65 in

Keyboard entry: **KG** **80.5** **IN** **71.65** **BMI** = 24.3

Procedure 4 : weight in kg / body height in feet / inches e.g. 80.5 kg / 5 ft 11.64 in

Keyboard entry: **KG** **80.5** **FT** **5** **IN** **11.64** **BMI** = 24.3

Procedure 5 : weight in lbs / body height in m e.g. 177.5 lbs / 1.82 m

Keyboard entry: **LBS** **177.5** **M** **1.82** **BMI** = 24.3

Procedure 6 : weight in lbs / body height in ft e.g. 177.5 lbs / 5.97 ft

Keyboard entry: **LBS** **177.5** **FT** **5.97** **BMI** = 24.3

Procedure 7 : weight in lbs / body height in inches e.g. 177.5 lbs / 71.65 in

Keyboard entry: **LBS** **177.5** **IN** **71.65** **BMI** = 24.3

Procedure 8 : weight in lbs / body height in ft and inches e.g. 177.5 lbs / 5 ft und 11.64 in

Keyboard entry: **LBS** **177.5** **FT** **5** **IN** **11.64** **BMI** = 24.3

***Note:**

-After BMI has been displayed input memory is cleared for a new input.

-If the unit can no longer be switched on, the unit's software has "crashed". If this happens use a sharp object such as a pencil to press the reset knob on the back of the unit.

D

Bedienungsanleitung für BMI Taschenrechner seca Modell 491

Der seca Taschenrechner Modell 491 dient zur exakten Ermittlung des Body Mass Index BMI. Er verfügt neben der Berechnung des BMI über die 4 Grundrechenarten. Die Bedienung entspricht der üblicher Taschenrechner. Bitte achten Sie auf ausreichende Beleuchtung der Solarzelle, um eine kontrastarme oder fehlende Anzeige zu vermeiden. Der Taschenrechner kann den BMI in bis zu 8 verschiedenen Methoden berechnen.

Taschenrechner einschalten **ON/C**

Methode 1 : Gewicht in kg / Körpergröße in m z.B. 80.5 kg / 1.82 m

Tastatureingabe: **KG** **80.5** **M** **1.82** **BMI** = 24.3

Methode 2 : Gewicht in kg / Körpergröße in feet z.B. 80.5 kg / 5.97 ft

Tastatureingabe: **KG** **80.5** **FT** **5.97** **BMI** = 24.3

Methode 3 : Gewicht in kg / Körpergröße in inches z.B. 80.5 kg / 71.65 in

Tastatureingabe: **KG** **80.5** **IN** **71.65** **BMI** = 24.3

Methode 4 : Gewicht in kg / Körpergröße in feet / inches z.B. 80.5 kg / 5 ft 11.64 in

Tastatureingabe: **KG** **80.5** **FT** **5** **IN** **11.64** **BMI** = 24.3

Methode 5 : Gewicht in lbs / Körpergröße in m z.B. 177.5 lbs / 1.82 m

Tastatureingabe: **LBS** **177.5** **M** **1.82** **BMI** = 24.3

Methode 6 : Gewicht in lbs / Körpergröße in ft z.B. 177.5 lbs / 5.97 ft

Tastatureingabe: **LBS** **177.5** **FT** **5.97** **BMI** = 24.3

Methode 7 : Gewicht in lbs / Körpergröße inches z.B. 177.5 lbs / 71.65 in

Tastatureingabe: **LBS** **177.5** **IN** **71.65** **BMI** = 24.3

Methode 8 : Gewicht in lbs / Körpergröße in ft und inches z.B. 177.5 lbs / 5 ft und 11.64 in

Tastatureingabe: **LBS** **177.5** **FT** **5** **IN** **11.64** **BMI** = 24.3

Hinweis:

-Bei Fehleingabe eines BMI Wertes müssen alle Werte neu eingegeben werden da der BMI Speicher dann gelöscht wird.

-Sollte sich das Gerät nicht mehr einschalten lassen, ist die Software des Gerätes "abgestürzt". Drücken Sie in diesem Fall den Reset-Knopf auf der Rückseite mit einem spitzen Gegenstand (z.B. einem Stift).

D

Informationen zum Body-Mass-Index (BMI)
Der Body-Mass-Index setzt Körpergröße und Körpergewicht zueinander in Beziehung:

Body-Mass-Index (BMI) = Körpergewicht in kg / (Körperhöhe in m)²

Beim seca 491 können Sie auch nicht metrische Maße zur Eingabe verwenden, das Gerät rechnet automatisch in metrische Einheiten um.

Hinweis: Der Body-Mass-Index gilt nur für Erwachsene; für Kinder und Jugendliche sind diese Werte nicht maßgebend.

Auswertung des Body-Mass-Index:

Vergleichen Sie den ermittelten Wert mit den unten angegebenen Kategorien, die den von der WHO, 2000 verwendeten entsprechen.

- BMI unter 18,5:

Achtung, der Patient wiegt zu wenig. Es könnte eine Tendenz zur Magersucht vorliegen. Eine Gewichtszunahme ist empfehlenswert, um Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit zu verbessern. Im Zweifelsfalle sollte ein Facharzt konsultiert werden.

- BMI zwischen 18,5 und 24,9:

Der Patient ist normalgewichtig. Er darf bleiben, wie er ist.

- BMI zwischen 25 und 30 (Prädispositas):

Der Patient hat leichtes bis mittleres Übergewicht. Er sollte sein Gewicht reduzieren, wenn bereits eine Krankheit vorliegt (z.B. Diabetes, Bluthochdruck, Gicht, Fettstoffwechselstörungen).

- BMI über 30:

Eine Gewichtsabnahme ist dringend erforderlich. Stoffwechsel, Kreislauf und Knochen werden belastet. Empfohlen ist eine konsequente Diät, viel Bewegung und Verhaltenstraining. Im Zweifelsfalle sollte ein Facharzt konsultiert werden.

GB

Body Mass Index (BMI)
Body Mass Index puts height and weight in relationship to one another:

Body Mass Index (BMI) = weight in kg / (height in m)²

On the seca 491, even if you cannot enter metric measurements, the device will automatically convert to metric units.

Note: Body Mass Index applies only to adults: these values are not relevant to children and young people.

Evaluating Body Mass Index:

Compare the value determined with the categories quoted below which correspond to those used by WHO, 2000.

- BMI below 18.5:

Warning, this patient weighs too little. There could be a tendency to anorexia. An increase in weight is recommended to improve well-being and performance. If in doubt, consult a specialist.

- BMI between 18.5 and 24.9:

The patient is of a normal weight. He can stay as he is.

- BMI between 25 and 30 (pre-obese):

The patient is slightly to moderately overweight. He should cut his weight if he is already ill (e.g. diabetes, hypertension, gout, fat metabolism disorders).

- BMI over 30:

Weight reduction is essential. Metabolism, cardiovascular system and bones are all under strain. A consistent diet, plenty of movement and behavioural training are all recommended. If in doubt, consult a specialist.

F

Indice de masse corporelle (Body-Mass-Index ; BMI)

L'indice de masse corporelle établit la relation entre la taille et le poids.

Indice de masse corporelle (BMI) = poids en kg / (hauteur en m)²

Avec la seca 491, vous pouvez également saisir des grandeurs non métriques, l'appareil convertit automatiquement en unités métriques.

Remarque : l'indice de masse corporelle s'applique uniquement aux adultes ; ces données ne sont pas pertinentes pour les enfants et les adolescents.

Interprétation de l'indice de masse corporelle:

Comparez la valeur indiquée avec les catégories mentionnées ci-dessous qui correspondent à celles utilisées par le WHO 2000.

- BMI inférieur à 18,5 :

Attention, le poids du patient est insuffisant. Il peut présenter une tendance à la maigreur. Une prise de poids est conseillée pour améliorer son bien-être et ses performances. En cas de doute, faites-lui consulter un spécialiste.

- BMI compris entre 18,5 et 24,9 :

Son poids est normal. Il peut rester tel qu'il est.

-BMI compris entre 25 et 30 (Prédisposition):

Le patient présente un excès pondéral léger à moyen. Il devrait perdre du poids, s'il souffre déjà d'une affection (par ex. diabète, hypertension, goutte, troubles du métabolisme).

- BMI supérieur à 30 :

Une perte de poids est urgente. Il surcharge son métabolisme, sa circulation sanguine et ses articulations. Un régime adapté, beaucoup d'exercice et un changement de mode de vie sont conseillés. En cas de doute, faites-lui consulter un spécialiste.

I

Body-Mass-Index (BMI)

Il body mass index mette in relazione tra loro la statura e il peso del corpo:

body mass index (BMI) = peso del corpo in kg / (statura in m)²

Con seca 491 è possibile anche inserire misure che non appartengono al sistema metrico, poiché l'apparecchio effettua automaticamente la conversione in unità metriche.

Nota: Il body mass index vale solo per adulti; per bambini e giovani questi valori non sono determinanti.

Analisi del Body Mass Index:

Confrontate il valore determinato con le categorie specificate di seguito, le quali corrispondono alle categorie utilizzate dall'OMS, 2000.

- BMI inferiore 18,5:

Attenzione, il paziente pesa troppo poco, potrebbe esservi una tendenza alla magrezza patologica. Un aumento del peso risulta consigliabile, per migliorare il benessere e l'efficienza. In caso di dubbi si dovrebbe consultare un medico specialista.

- BMI tra 18,5 e 24,9:

Il paziente ha un peso normale.

- BMI tra 25 e 30 (Sovrappeso):

Il paziente presenta un'eccedenza di peso da leggera a media. Egli dovrebbe ridurre il proprio peso, se vi è già una malattia (per esempio diabete, ipertensione, gotta, disturbi del metabolismo dei grassi).

- BMI superiore 30:

Una riduzione del peso è urgentemente necessaria. Il metabolismo, la circolazione e le ossa vengono sollecitati. Si raccomanda una dieta coerente, molto moto ed educazione del comportamento. In caso di dubbi si dovrebbe consultare un specialista.

E

Índice de masa corporal (BMI)

El índice de masa corporal (Body-Mass-Index) establece la relación entre la talla y el peso corporal:

Índice de masa corporal (BMI) = peso en kg / (talla en m)²

Con seca 491 podrá introducir también medidas no métricas, el equipo las convertirá automáticamente en medidas métricas.

Aviso: El índice de masa corporal sólo vale para adultos; para niños y jóvenes estos valores no tienen relevancia.

Valoración del índice de masa corporal:

Comprobar el valor calculado con las categorías indicadas a continuación, que corresponden a las utilizadas por la OMS 2000.

- BMI menos de 18,5:

Atención, el paciente pesa muy poco. Podría darse una tendencia a la desnutrición. Se recomienda aumentar de peso para mejorar el estado de salud y el rendimiento. En caso de duda consulte a un especialista.

- BMI entre 18,5 y 24,9:

El peso del paciente es normal. Puede seguir con este peso.

- BMI entre 25 y 30 (Preadipositas):

El paciente tiene un ligero a medio exceso de peso. Debería reducir el peso, si estuviera enfermo (p. ej. diabetes, tensión alta, gota, hiperlipidemias).

- BMI mayor de 30:

Se recomienda urgentemente adelgazar. Se cargan el metabolismo, la circulación sanguínea y los huesos. Se recomienda una dieta consecuenta, mucho movimiento y entrenamiento. En caso de duda consulte a un especialista.